2.026 Nátierka kuracia s pórom
l00 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, 1, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
kuracie prsia	0,70	0,70	0,80	0,80	1,00	1,00	1,30	1,30
cibuľa	0,20	0,17	0,25	0,21	0,35	0,30	0,45	0,38
pór	0,20	0,16	0,25	0,20	0,35	0,28	0,45	0,36
soľ	0,03	0,03	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08
maslo	1,10	1,10	1,30	1,30	1,50	1,50	1,80	1,80
vajcia	6	0,30	8	0,40	10	0,50	14	0,70
smotana	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15
hmotnosť porcie v g	20		26		32		40	

Výrobný postup

Kuracie prsia umyjeme a vložíme do mierne osolenej vody uvariť. Po uvarení pomelieme. Cibuľu a pór očistíme, pokrájame a udusíme na časti masla. Po udusení spojíme s pomletým mäsom, necháme vychladnúť. Zvyšok masla vyšľaháme s postrúhanými vajciami uvarenými na tvrdo, spojíme s pomletým mäsom a smotanou. Dochutíme soľou. Vyšľaháme do peny.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	398	96	2,38	9,5	0,0	0,4	0,1	7,7	0,3	0,065	0,0	0,0	0,6	0,0
B	472	113	2,80	11,2	0,0	0,5	0,1	9,7	0,4	0,078	0,0	0,0	0,8	0,0
C	553	133	3,51	13,0	0,0	0,6	0,1	12,2	0,5	0,092	0,0	0,0	1,1	0,0
D	676	162	4,61	15,7	0,0	0,8	0,2	15,8	0,6	0,113	0,0	0,0	1,4	0,0